

## PLANEJAMENTO TRIMESTRAL - 2016

COMPONENTE CURRICULAR: EDUCAÇÃO FÍSICA			PROFESSOR (A): FAGNER GUNDLACH		
3º ANO- ENSINO MEDIO			TURMA:301		
1º TRIMESTRE					
OBJETOS DE APRENDIZAGEM		INSTRUMENTOS AVALIATIVOS		METODOLOGIA	RECURSOS DIDÁTICOS
1.Ginastica 1.1Habilidades motoras 1.2 Habilidades coordenativas 1.3 Conhecimento do corpo 1.4 Exercício físico e postura: flexibilidade e alongamento		AVALIAÇÃO	DATA	VALOR	✓ Aulas práticas com jogos Sensoriais, Recreativos e Cooperativos. ✓ Exercícios de Flexibilidade, Alongamento e Ajuste Postural. ✓ Psicomotricidade Relacional. ✓ Atividades de Relaxamento e Relaxação. ✓ Circuitos Psicomotores. ✓ Circuitos Recreativos e Competitivos. ✓ Atividades Especiais Comemorativas. ✓ Estafetas Recreativas e Competitivas. ✓ Testes para avaliar as Habilidades Motoras. ✓ Material Alternativo: Caça-bola, Vai-e-vem e Sucatas.  -Aulas expositivas. -Aulas práticas. -Materiais diversos.
		Prática	No decorrer do trimestre	10,0	
3. Jogos e brincadeiras  3.1Habilidades motoras  3.2Habilidades coordenativas  3.3Conhecimento do corpo e interação com o grupo		Prática	No decorrer do trimestre	10,0	

4.Esportes	Teórica				
4.1 Fundamentos e regras	14.04.16				
4.2Capacidades físicas e coordenativas	Teórica				
	21.04.16				